

Грипп у детей: о симптомах и профилактике рассказывает главный врач детской областной клинической больницы, главный педиатр Тульской области Дмитрий Харитонов.

Симптомы гриппа у детей зависят от того, в какой клинической форме протекает заболевание. Для типичной клинической картины гриппа характерно сочетание общей интоксикации, насморка и кашля.

**Чаще всего грипп начинается остро.** У ребенка появляется общее недомогание, головная боль, ломота во всем теле, озноб, повышение температуры тела до 39-40°C, потливость. Ребенок становится вялым, сонливым, может быть беспокойным. Кашель и насморк бывают не всегда.

**У грудных детей симптомами гриппа** могут быть беспокойство, отказ от груди, срыгивание. Дети долго не могут уснуть или, наоборот, весь день спят, нарушая обычный режим и пропуская кормления.

У детей до 5 лет вероятность развития тяжелого течения гриппа выше, чем у детей более старшего возраста. У детей с хроническими заболеваниями наблюдается тенденция развития более тяжелой степени заболевания.

**Аппетит у детей при гриппе**, как правило, ниже обычного. Сильно тревожиться по этому поводу не стоит, гораздо важнее, пьет ребенок жидкость или нет.

#### **Советы для родителей по вопросам лечения:**

1. Вызвать врача на дом и если диагноз гриппа подтвердится - выполнять назначенное лечение.
2. Соблюдать постельный режим всем детям независимо от степени тяжести болезни до нормализации температуры тела и стойкого улучшения состояния, но не менее 3-5 дней.
3. Не занимайтесь самолечением. Недопустимо без согласования с врачом применять лекарственные препараты.

#### **Советы по правилам гигиены:**

1. Проветривать помещение, в котором находится ребенок, несколько раз в день (на время проветривания переводить ребенка в другое помещение).
2. Проводить влажную уборку детской комнаты не менее двух раз в течение дня.

#### **Советы по профилактике:**

Для профилактики гриппа важно уменьшить число контактов с источниками инфекции, это особенно важно для детей. Не рекомендуется активно пользоваться городским общественным транспортом и ходить в гости. Дети должны как можно больше гулять: на свежем воздухе заразиться гриппом практически невозможно.

Необходимо часто мыть руки, так как инфекция легко передается через грязные руки.

Будьте здоровы!